



STATE OF WASHINGTON
DEPARTMENT OF CORRECTIONS
P.O. Box 41100 • Olympia, Washington 98504-1100

El 19 de agosto de 2009

PARA: Miembros de familia y amigos de los internos

DE: Richard Morgan, Director
División de Prisiones

ASUNTO: Mejoras nutricionales

El Departamento Correccional (DOC) continúa considerando la nutrición de máxima prioridad con el desarrollo del menú y la educación mientras inicia programas para ahorrar dinero. Como los costos para Servicios Alimenticios siguen aumentándose, DOC ha empezado a colaborar con otras agencias para enfocar el poder adquisitivo en los productos básicos y así reducir los costos. Además, DOC ha empezado a ofrecer una dieta metabólica para los internos que quieren una dieta de 2000 calorías y menos sodio. Esta dieta cumple con las normas para la salud cardíaca.

Otras mejoras de menú incluyen:

- Reemplazo de postres y panes de dulce poco saludables con frutas y verduras
- Más salmón y atún por lo de los ácidos grasos Omega-3
- Mayonesa y aderezos para ensalada bajos en grasa
- Pavo molido en lugar de carne de res molida
- Reducciones significativas de sodio

Se ha sabido desde hace mucho que la Vitamina-D es crucial para aumentar la absorción de Calcio en la dieta. Por eso, Servicios Alimenticios cambiará los refrescos de frutas (de poco valor nutritivo) con un reemplazo de leche que aumentará la cantidad de Vitamina -D y Calcio en la dieta. Se proveerán estos paquetes de sustancias enriquecidas en el almuerzo y en la cena; actualmente se sirven sólo con el desayuno. Estos paquetes de sustancias enriquecidas proveen una cantidad significativa de Vitamina-D, Calcio y Vitamina-C. Estas sustancias nutritivas extras aumentarán el valor nutritivo de la dieta, lo cual ayudará prevenir algunas enfermedades crónicas. Se servirá la leche con el desayuno como siempre.

Cualquier cambio al menú obtiene reacciones de la población. Aunque estos cambios están basados en la buena nutrición, muchas veces se comunican con nosotros los que quieren café, azúcar extra (postres y jugo) y no se preocupan con el valor nutritivo de las comidas que se sirven. Aunque entiendo este punto de vista, debo tomar decisiones acerca de los alimentos que servimos y lo que tiene el mayor valor nutritivo para la salud de todos a base de las recomendaciones de nuestros especialistas en dietética. En efecto, estamos preparados para poner en práctica este cambio a partir del 1 de octubre de 2009.

Gracias por su apoyo continuo a sus familiares y amigos encarcelados.

cc: Eldon Vail, Secretario
Cheryl Strange, Subsecretaria
Scout Blonien, Secretario Asistente
Dan Pacholke, Subdirector, Comando A
Earl Wright, Subdirector, Comando C
Superintendentes

“ Working Together for SAFE Communities ”